



การบริหารบริเวณทรวงอก สำหรับผู้ป่วยที่ฉายรังสี

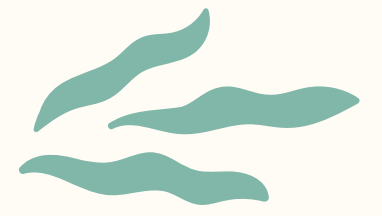


งานการพยาบาลผู้ป่วยนอกรังสีรักษา กลุ่มงานการพยาบาลผู้ป่วยนอก
ภารกิจด้านการพยาบาล โรงพยาบาลมะเร็งสุราษฎร์ธานี

โทร 077-277555 ต่อ 7593

(ในวันและเวลาราชการ 8.00 – 16.00)

การพยาบาลผู้ป่วยที่ฉายรังสีบริเวณทรวงอก



การบริหารข้อต่อและหัวไหล่

1

ยืนหันหน้าเข้าหาฝาผนังใช้ฝ่ามือทั้งสองข้างแตะฝาผนังระดับเดียวกับหัวไหล่ ค่อย ๆ ใต้ฝ่ามือไปตามผนังจนสุดแขน



2

ยกแขนทั้งสองข้างขึ้นแตะที่หัวไหล่ ข้อศอกแนบกับลำตัวยกข้อศอกให้แขนทั้งสองข้างตั้งฉากกับลำตัว



3

กางแขนทั้งสองข้างออกไปในระดับเดียวกับหัวไหล่ หมุนปลายแขนทั้งสองข้างเป็นวงกลม



4

จังหวะที่ 1 กางแขนทั้งสองข้างออกในระดับเดียวกับหัวไหล่



4

จังหวะที่ 2 งอแขนทั้งสองข้างตั้งฉากกับลำตัว ใช้ฝ่ามือทั้งสองข้างแตะที่ต้นคอด้านหลัง



จังหวะที่ 3 งอแขนไปข้างหลังให้หลังมือทั้งสองข้างและบริเวณเอว



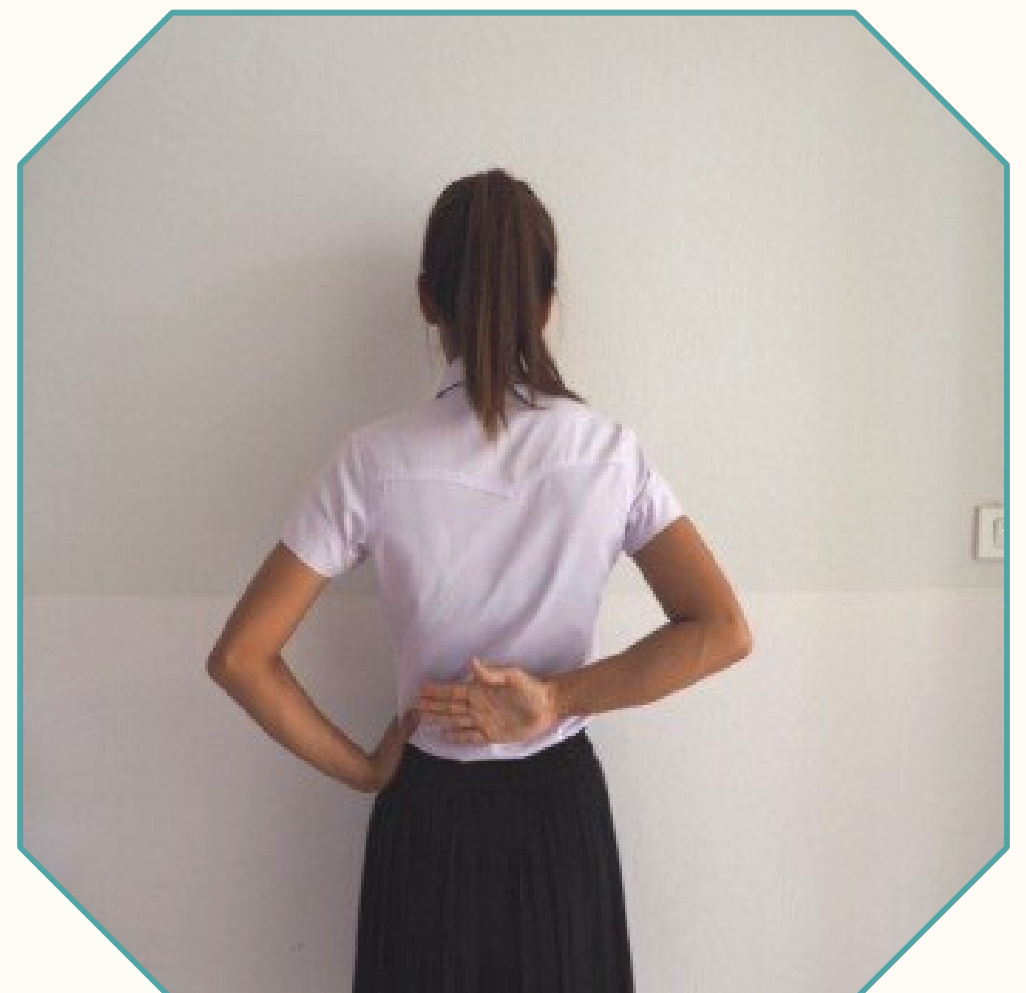
5

วางมือข้างที่ไม่ได้ฉายรังสีไว้ที่เอว ยกมือและแขนข้างที่ฉายรังสีไว้บนศีรษะค่อย ๆ เลื่อนมือและแขนไปตามศีรษะทางด้านข้างจนสุดแขน



6

วางมือข้างที่ไม่ได้ฉายรังสีไว้ที่เอว งอแขนข้างที่ไม่ได้ฉายรังสีไว้ข้างหลังให้หลังมืออยู่ระดับเอว ค่อย ๆ เลื่อนมือไปข้างหลังให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้



7

ยืดตัวตรงหันด้านข้างเข้าหาฝาผนัง มือข้างที่ไม่ได้ฉายรังสีไว้ที่เอว ใช้มือข้างที่ฉายรังสีแตะฝาผนังระดับเดียวกับหัวไหล่ค่อยๆ ไต่ไป ตามฝาผนังจนสุดแขน



“การฉายรังสีบริเวณทรวงอก จะช่วยป้องกันหรือลดอาการที่เกิดขึ้น ทำให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดีมีสุขภาพที่สมบูรณ์ และสามารถทนต่อการรักษาได้ดีตามที่แพทย์ ได้วางแผนไว้ ทำให้มีโอกาสหายจากโรคได้มากที่สุด ”

